

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA
KONDISI CERVICAL SYNDROME DENGAN MODALITAS
SWD, TENS& TERAPI LATIHAN DI RSUD.SRAGEN**



Disusun Oleh :

NURMA HAPSARI

J100 070 039

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan guna untuk melengkapi Tugas-tugas dan
Memenuhi Syarat-syarat untuk Menyelesaikan
Program Pendidikan Diploma III Fisioterapi**

PROGRAM STUDI DIPLOMA III FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2010

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kenyataannya bahwa sebagian besar masyarakat Indonesia cenderung bersifat konsumtif menyebabkan tingkat penghidupan masyarakat Indonesia tinggi. Adanya peningkatan penghidupan akan memberikan pengaruh yang sangat besar bagi masyarakat Indonesia salah satunya adalah usaha masyarakat Indonesia dalam upaya pemenuhan kebutuhan hidup mereka. Oleh karena itu, pekerjaan merupakan salah satu usaha yang dilakukan masyarakat guna memenuhi kebutuhan hidup mereka. Adanya persaingan bebas sekarang ini membawa pengaruh besar di lingkungan kerja dimana peralatan dan teknologi sudah menjadi kebutuhan pokok bagi setiap pekerjaan untuk meningkatkan produktivitas dan efisiensi dalam bekerja. Peralatan dan teknologi yang kurang sesuai dengan kebutuhan para pekerja menimbulkan kerugian bagi pekerjaannya salah satunya kesalahan sikap dan posisi tubuh saat melakukan pekerjaan. Di samping itu, kurangnya pemahaman para pekerja mengenai pentingnya sikap dan posisi tubuh yang benar dalam bekerja mengakibatkan timbulnya berbagai macam gangguan-gangguan pada sistem musculoskeletal atau *musculoskeletal disorders*.

Musculoskeletal disorders adalah sekelompok kondisi patologis yang mempengaruhi fungsi normal jaringan lunak sistem musculoskeletal yang mencakup sistem saraf, tendon, otot, dan sistem penunjang seperti discus

intervertebralis. Gangguan ini dapat berupa peradangan dan penyakit degeneratif yang menyebabkan melemahnya fungsi (NIOSH, 1997 dikutip oleh Octarisya, 2009). *Musculoskeletal disorders* adalah cedera pada otot, tendon, saraf, ligament, sendi, kartilago atau discus intervertebralis yang muncul secara tidak spontan atau langsung melainkan membutuhkan waktu yang lama dan secara bertahap sampai gangguan ini mengurangi kemampuan tubuh manusia dengan menimbulkan rasa sakit.

Ternyata kesalahan posisi atau sikap tubuh tidak hanya terjadi di lingkungan pekerjaan saja melainkan dapat pula terjadi di lingkungan rumah. Kurangnya kepedulian dan pemahaman masyarakat dalam melakukan posisi tubuh yang benar dalam melakukan aktivitas, salah satunya posisi saat tidur. Posisi tidur yang tepat seharusnya mengistirahatkan otot-otot seluruh tubuh dimana posisi yang baik adalah dengan menggunakan punggung belakang. Selain itu, penggunaan bantal harus sampai bahu sehingga posisi leher dalam keadaan rileks sehingga otot-otot sekitar leher tidak teregang. Namun tak jarang, kebanyakan masyarakat tidak memahami akan hal itu sehingga menjadi sebuah kebiasaan dan terjadi secara terus-menerus dan berulang kali sehingga mengakibatkan timbul keluhan-keluhan di tulang belakang terutama di leher sehingga menyebabkan gangguan fungsi leher.

Salah satu keluhan yang sering terjadi pada leher adalah rasa kaku pada leher dan otot-otot di sekitar leher terasa tegang sehingga menimbulkan rasa nyeri pada leher atau tengkuk, di dalam bahasa medis disebut dengan cervical syndrome. Cervical syndrome adalah suatu keadaan yang ditimbulkan oleh

adanya rasa nyeri pada sepanjang ruas-ruas tulang belakang pada leher (tengkuk) yang disebabkan oleh berbagai gangguan maupun trauma sehingga menyebabkan rasa sakit dan dapat membatasi pergerakan pada leher karena adanya spasme (ketegangan) otot sekitar leher (Turana, 2005).

Di Indonesia, setiap tahun sekitar 16,6% populasi dewasa mengeluhkan rasa tidak enak di leher, bahkan 0,6% bermula dari rasa tidak enak di leher menjadi nyeri leher yang berat. Insidensi nyeri leher meningkat dengan bertambahnya usia, dimana lebih sering mengenai wanita daripada laki-laki dengan perbandingan 1,67:1 (Hudaya, 2009). Pada kondisi cervical syndrome, terdapat permasalahan-permasalahan yang timbul diantaranya spasme pada otot sekitar leher dan pundak seperti m. sternocleidomastoideus, m. levator scapulae, m. extensor leher, m. upper trapezius, m. rhomboideus major, dan m. rhomboideus minor, nyeri tekan pada otot-otot sekitar leher dan pundak seperti m. sternocleidomastoideus, m. levator scapulae, m. extensor leher, m. upper trapezius, m. rhomboideus major, dan m. rhomboideus minor, nyeri gerak pada gerakan leher yang meliputi gerak flexi, ekstensi, rotasi kanan, rotasi kiri, lateral flexi kanan, dan lateral flexi kiri baik gerak pasif maupun aktif, serta terjadi keterbatasan gerak pada leher yang meliputi gerak flexi, ekstensi, rotasi kanan, rotasi kiri, lateral flexi kanan, dan lateral flexi kiri baik gerak aktif maupun gerak pasif sehingga pada akhirnya terjadi penurunan kemampuan aktivitas sehari-hari (ADL/*Activity Daily Living*). Nyeri dianggap proses yang normal, menurut *Toxonomy Commite of the International Association for the Study of Pain* (IASP) menyebutkan bahwa nyeri didefinisikan sebagai suatu pengalaman sensoris dan

emosi yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan baik yang aktual maupun yang potensial. Dengan adanya nyeri, maka pasien akan mengalami penurunan produktivitas, penurunan kualitas hidup (*Quality of Life*) seperti gangguan ADL dan penurunan keterlibatan dalam berbagai kegiatan sosial (Hudaya, 2009). Adanya nyeri akan mengaktivasi nosiseptor dan merangsang saraf simpatik yang terus menerus yang menyebabkan terjadinya *guarding spasme* dimana terjadi sirkulasi statis pada jaringan yang menyebabkan terjadinya iskemia karena mikro sirkulasi yang pada umumnya menyebabkan nyeri berlangsung lama dan terus menerus sehingga menjadi sebuah mata rantai yang tak terputus (www.medikaholistik.com).

Cervical syndrome merupakan penyakit yang sering terjadi di masyarakat setelah nyeri pinggang sehingga dalam penanganannya dibutuhkan kerjasama yang baik antar tenaga kesehatan agar dapat menegakkan diagnosis yang tepat. Penegakan diagnosis yang tepat akan mendukung dalam pemberian pengobatan. Oleh karena itu, dalam menangani kasus cervical syndrome perlu kerjasama antar tenaga kesehatan seperti dokter, radiologi, fisioterapi, dan orthotik-prostetik.

Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara, dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang daur kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutis, dan mekanis), pelatihan fungsi, komunikasi (KepMenKes No.1363/ MenKes/SK XII 2001).

Di dalam penyelenggaraan pelayanan kesehatan, fisioterapi sebagai salah satu bagian tim kesehatan harus berperan aktif dalam meningkatkan kualitas hidup dan derajat kesehatan masyarakat dengan cara menguasai ilmu pengetahuan dan keterampilan yang optimal sesuai dengan bidangnya serta memiliki profesionalisme yang tinggi. Dewasa ini, berkembangnya fisioterapi di Indonesia banyak memberikan kemajuan yang telah dicapai dalam upaya penyembuhan serta mempercepat pengembalian penderita kembali ke lingkungan masyarakat.

Melihat dari permasalahan di atas, maka peranan fisioterapi adalah mengurangi keluhan-keluhan yang ada dengan pemberian modalitas berupa *heating* (SWD, MWD, IR), *electrical stimulation* (TENS, arus interferensi), ultrasound, massage, parafin, dan terapi latihan. Pemberian SWD (Short Wave Diathermy) ditujukan untuk mengurangi spasme otot pada daerah leher dan sekitar pundak, sedangkan pemberian TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation) dimaksudkan untuk mengurangi nyeri yang timbul di area leher. Pemberian terapi latihan ditujukan untuk meningkatkan lingkup gerak sendi leher sehingga pada akhirnya pasien dapat melakukan aktivitas sehari-hari tanpa adanya hambatan maupun kesulitan. Sehubungan dengan adanya keinginan penulis untuk memahami peranan fisioterapi pada kasus cervical syndrome dalam mengurangi nyeri, mengurangi spasme, dan meningkatkan lingkup gerak sendi leher, maka penulis memilih judul karya tulis ilmiah: “*PENATALAKSANAAN SHORT WAVE DIATHERMY (SWD), TRANSCUTANEUS ELECTRICAL NERVE STIMULATION (TENS), DAN TERAPI LATIHAN PADA CERVICAL SYNDROME*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang ada pada kasus cervical syndrome yang berkaitan dengan gangguan gerak dan fungsi serta melalui pendekatan modalitas SWD, TENS, dan terapi latihan, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut: apakah SWD, TENS, dan terapi latihan dapat mengurangi spasme otot, nyeri gerak leher baik gerak pasif maupun aktif, dan meningkatkan lingkup gerak sendi leher baik gerak pasif maupun aktif pada kasus cervical syndrome?

C. Tujuan Penulisan

Pada rumusan masalah yang ada, maka ada beberapa tujuan yang hendak dicapai, antara lain:

1. Tujuan Umum

- a. Untuk memenuhi syarat menyelesaikan program pendidikan DIII Fisioterapi.
- b. Untuk mengetahui manfaat pemberian SWD, TENS, dan terapi latihan pada kasus cervical root syndrome.

2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui manfaat pemberian SWD, TENS, dan terapi latihan terhadap pengurangan spasme otot, pengurangan nyeri diam, nyeri tekan, nyeri gerak leher baik gerak pasif maupun aktif, dan peningkatan lingkup gerak sendi leher baik gerak pasif maupun aktif pada kasus cervical syndrome.